

# 大森だより



R2. 12月号 No.76

## カレンダー制作



完成しました〜♪

今年もカレンダー制作の季節となりました！来年は丑年です♪  
様々な形のフェルトを、配置を考えながらキレイに貼り付けていただきました☆  
とってもかわいいカレンダーが出来上がりましたね！！  
是非、ご自宅で使ってください♪



## トントン相撲



「のこった」の合図で、土俵を叩いて力士たちを動かしていきます！好きな力士の名前を借りて、「〇〇山」や「〇〇関」など、四股名も付けて戦いました(笑)

## 傘ゆらゆらゲーム



逆さに置いた傘の中に、ボールを次々と入れていき、先に倒してしまった方の負けとなります。バランスを考えてボールを投げるのに苦戦していたようでした…。

## 今月の壁画 11月は、りんごの木！



11月は、りんごの木を作りました！皆さんには、りんごに折り紙を貼りつけていただきました☆とっても可愛いりんごになりましたね♪いつも制作にご協力いただきありがとうございます！

## 今月の特集 ~みかんについて~

冬を代表する果物みかん！みかんはビタミンCが豊富で、だいたい3個ほどで、成人の1日の必要量をまかなうと言われています。ビタミンCには、免疫力を高め、細菌やウイルスなどの抵抗力をつける働きがあり、風邪などの病気予防が期待できます。心筋梗塞や狭心症・脳梗塞などの動脈硬化を誘発させる悪玉コレステロールを抑制する働きもある、素晴らしい果物なのです！

石巻でみかんと言えば「まる賢みかん」ですが、生産者は和歌山県有田川町賢(かしこ)地区にあるマルケン共選組合員のミカン農家の方々です！全国で石巻青果市場と宇都宮市にのみしか出荷していないらしいですよ☆